|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ana Gabriela Stein Burgos | | | |
| **Iniciales del paciente** | V.S.M. | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de abril de 2022 | **N°. de sesión** | | 13 |
| **Objetivo general** | Afrontar la agresividad que se ha dado a raíz de un duelo por pérdida familiar en una niña de 8 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Concluir la psicoeducación emocional acerca de las seis emociones básicas y cómo pueden ser expresadas. Además, por medio del juego *Pictionary*, para poder conocer rasgos y características de la paciente que por lo general no se hablan en las sesiones. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | **Emociones:** se brindará psicoeducación de las emociones básicas, dando una explicación de qué son y cómo pueden ser expresadas.  ***Pictionary*:** se hará uso de este juego para realizar una dinámica con la paciente, en la que pueda dibujar lo que ella desea, y, además, se espera que se consiga información de ella que usualmente no brinda en las sesiones. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Introducción (5 minutos aproximadamente):** se verificará, antes, que la paciente y la terapeuta tengan adecuada conexión para el audio y video. Una vez se haya comprobado esto, se comenzará la sesión con un saludo por parte de la terapeuta a la paciente. Después, se dará un breve espacio para que exprese cómo se ha sentido en la semana. Luego, se harán los ejercicios de respiración profunda, en los que se inhalará por 3-4 segundos, para dejar el aire en los pulmones por 2-3 segundos y se exhalará lentamente. Después, se le explicará que en la sesión seguiremos repasando y aprendiendo acerca de las emociones y se hará una dinámica de *Pictionary*. 2. **Actividades (50 minutos aproximadamente):**   **Recapitulación de las emociones que se aprendieron en la sesión anterior (10 minutos aproximadamente):** se repasarán brevemente con la paciente las emociones que aprendió en la sesión anterior, para identificar si las ha podido comprender adecuadamente.  **Psicoeducación de las emociones básicas (20 minutos aproximadamente):** se le presentarán a la paciente las tres emociones básicas restantes (sorpresa, miedo y disgusto) y se le preguntará en qué ocasiones suele sentirse así y cómo expresa esas emociones. Después, se le enseñarán formas asertivas en las que puede expresar estas emociones, para que no afecten su adaptación personal o a las personas que se encuentran a su alrededor.  **Dinámica *Pictionary* (20 minutos aproximadamente):** primero, se le estará explicando a la paciente cómo funciona el juego, mencionándole que tiene que dibujar algo y la terapeuta tendrá que adivinar qué dibujo y viceversa. Se harán varias repeticiones del ejercicio, procurando que sea la paciente quien hace más dibujos que la terapeuta debe adivinar.   1. **Conclusión (5 minutos aproximadamente):** se concluirá la sesión brindándole a la paciente una recapitulación de lo trabajado en la sesión. Luego, se le dará un espacio para que exprese cómo se sintió a lo largo de la sesión. Después, se le estará recordando que es importante que siga aplicando los ejercicios de respiración profunda, la técnica del semáforo y la de la tortuga. Además, se le recordará que es importante que continúe con el registro emocional. Se finalizará la sesión con una despedida por parte de la terapeuta a la paciente. | | | * Presentación PowerPoint * Pizarrón plataforma *Zoom* * Hojas bond blancas * Marcadores * Lápices * Lapiceros | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Continuar aplicando los ejercicios de respiración profunda realizados en la clínica, incorporando la técnica de la tortuga.  Implementar el semáforo para el control de impulsos.  Continuar el registro de emociones en el diario emocional, haciéndolo al menos una vez al día. | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Examen del estado mental:** se estarán evaluando el lenguaje verbal y corporal de la paciente, su conducta, estado de ánimo y cognición con el propósito de identificar alguna dificultad que se pueda estar presentando.  **Emociones:** en la actividad de psicoeducación, se estará evaluando la comprensión de la paciente acerca de las emociones, y si las respuestas que da son las adecuadas. | | | | |

Firma / Sello de asesora: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_